

от 1,5 - 3 лет на 26.02.2024год

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша кукурузная вязкая	150	4,2	1,2	17,8	86,4	68
	Яйцо варёное (1 шт.)	25	1,3	1,5	0,4	32,5	27
	Чай с сахаром	180	0,12	-	6,4	28,6	8
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
	Сыр	5	1,6	1,7	0,1	26,1	
Итого на завтрак		390	8,4	9,4	40,6	280	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	2,1	0,1	10,15	70	
Итого на второй завтрак		150	2,1	0,1	10,15	70	
Обед	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	40	0,8	2	3,3	37,7	37
	Суп крестьянский с крупой	150	1,8	3,65	11,3	86,5	45
	Гуляш из отварного мяса с подливом	50	4,8	7,7	5,8	171,6	44
	Вермишель отварная с маслом	120	3,6	1,9	22,3	84,6	
	Хлеб ржаной	50	3	1,1	21,3	78,4	
	Кисель	180	0,7	-	7,05	31,2	13
Итого на обед		590	14,7	16,35	71,05	490	
Полдник	Молоко	180	2,5	3,05	14,35	104,2	7
	Печенье	35	3,8	6,35	16,1	105,8	
Итого на полдник		215	6,3	9,4	30,45	210	
Итого за весь день:		1345	31,5	35,25	152,25	1050	

от 3 - 7 лет на 26.02.2024год

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергитическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша кукурузная вязкая	200	5,6	2	27,4	150,4	68
	Яйцо варёное (1 шт.)	25	2,3	3,3	0,4	38,5	27
	Чай с сахаром	200	0,12	-	8,4	38,6	8
	Хлеб пшеничный	25	1,08	1,2	15,8	61,8	
	Масло сливочное	5	0,1	3,8	0,1	44,6	
	Сыр	5	1,6	1,7	0,1	26,1	
Итого на завтрак		460	10,8	12	52,2	360	
Второй завтрак	Сок фруктовый	200	2,7	0,8	13,05	90	
Итого на второй завтрак		200	2,7	0,8	13,05	90	
Обед	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	60	0,9	2,5	9,1	57,5	37
	Суп крестьянский с крупой	200	2,3	7,8	13,4	106,5	45
	Гуляш из отварного мяса с подливом	80	7,3	9,3	8,3	210,9	44
	Вермишель отварная с маслом	150	3,9	2,3	28,4	135,1	
	Хлеб ржаной	50	3	1,1	21,1	78,4	
	Кисель	200	1,5	-	11,05	41,6	13
Итого на обед		740	18,9	23	91,35	630	
Полдник	Молоко	200	4,3	2,65	23,05	164,2	7
	Печенье	50	3,8	6,35	16,1	105,8	
Итого на полдник		250	8,1	9	39,15	270	
Итого за весь день:		1650	40,5	44,8	195,75	1350	